Médecine alternative et complémentaire

1. Introduction

Le comportement des patients vis à vis de la médecine est ambivalent : convaincu et même séduit par les avancées de la recherche, il est en même temps déçu, et parfois révolté, par les nombreux domaines où les résultats des traitements sont insuffisants, ou encore inquiet des inconvénients de leurs effets.
Les patients peuvent se tourner donc, sans en informer leur médecin, vers des pratiques non conventionnelles dont les vertus leur ont été vantées par les multiples sources d'information qu'offre notre société.

2. Définitions

- **Médecine alternative** : Pratiques thérapeutiques qui sont choisies aux dépens de la médecine conventionnelle.
- **Médecine complémentaire** : Pratiques thérapeutiques qui sont choisies en plus de la médecine conventionnelle.
- **Médecine conventionnelle** : Ensemble des connaissances modernes concernant les maladies, les traumatismes et les moyens de les traiter.
- **Médecines parallèles** : Pratiques thérapeutiques qui ne sont pas considérées comme partie intégrante de la médecine conventionnelle.
- **Définition de l'OMS** : Les termes «médecine complémentaire» et «médecine parallèle » parfois également «médecine non conventionnelle» ou «médecine alternative » font référence à un vaste ensemble de pratiques de santé qui ne font pas partie de la tradition du pays même (si non, il s'agirait de médecine traditionnelles) ou ne sont pas intégrées à son système de santé prédominant.

3. Les types de thérapies alternatives et complémentaires :

Plus de 400 pratiques thérapeutiques « alternatives », « complémentaires » ou « traditionnelles » sont recensées par l'OMS.

Acupuncture: Thérapie externe naturelle de la médecine traditionnelle chinoise qui consiste en l'insertion d'aiguilles fines à des points précis sur le corps (le long de méridiens) afin de stimuler les défenses et l'équilibre entre les différents systèmes du corps ainsi qu'entre le corps et son environnement.

Homéopathie: Il s'agissait de traiter des malades en leur administrant, à faible dose, une substance capable de produire les mêmes troubles chez une personne saine.

Sophrologie: méthode complète de relaxation orientée vers une meilleure prise de conscience du corps qui mène à l'harmonie de la conscience et la recherche d'équilibre entre le corps et l'esprit.

Phytothérapie: la méthode thérapeutique utilisant des plantes médicinales dans le traitement de maladies. Une plante peut être qualifiée de médicinale lorsqu'elle contient, au niveau de ses organes, un ou plusieurs principes actifs utilisables à des fins thérapeutiques.

Ostéopathie: repose sur l'idée que des manipulations manuelles du système musculo- squelettique et des techniques de relâchement myofacial permettent d'apporter un soulagement dans le domaine du trouble fonctionnel

4. *Classification des thérapies alternatives et complémentaires*

L'OMS distingue quatre familles de pratiques :

- ***Les thérapies biologiques***, utilisant des produits naturels issus de plantes, de minéraux ou d'animaux (ex : phytothérapie, aromathérapie).
- ***Les thérapies manuelles*** (ex : ostéopathie, chiropraxie, réflexologie).
- ***Les approches corps-esprit*** (ex : hypnose médicale, méditation, sophrologie).
- ***Les systèmes reposant sur des fondements théoriques*** propres (ex : acupuncture, homéopathie).

5. *Les effets bénéfiques de la médecine complémentaire*

Ces thérapies permettent de :

- Atténuer les effets indésirables d'un traitement lourd
- Stimuler le système immunitaire et les défenses de l'organisme.
- Augmenter la qualité de vie et le bien être.
- Parfois guérir les maladies.
- Agir sur les troubles psychosomatiques des malades.
- Préparer les patients pour un éventuel traitement lourd.

6. ***Les risques de la médecine alternative :***

- L'interaction avec le traitement conventionnel.
- Toxicité directe des substances utilisées.
- Risque d'arrêt du traitement conventionnel.
- Retard au diagnostic et à la prise en charge surtout pour les thérapies altératives

7. ***Du point de vue déontologique :***

Les professionnels de santé et l'ordre des médecins ne reconnaissent pas la médecine non conventionnelle qui utilise des traitements non reconnus.

Les obligations déontologiques des médecins sont codifiées dans le code de déontologie médicale notamment dans :

- ***Article 18*** : du CDM l'emploi sur un malade d'une thérapeutique nouvelle ne peut être envisagé qu'après des études biologiques adéquates, sous une surveillance stricte et seulement si cette thérapeutique peut présenter pour ce patient un intérêt direct
- ***Article 31*** : Le médecin et chirurgien dentiste ne peut proposer un remède ou un procédé illusoire ou insuffisamment éprouvé. Toute pratique de charlatanisme leur est interdite.
- ***Article 45*** : Le médecin, le chirurgien dentiste, s'engage à assurer à ses malades des soins consciencieux, dévoués, conformes aux données récentes de la science.

8. Conclusion

De nombreuses médecines parallèles deviennent de plus en plus populaires. Une des raisons de leur succès est le temps accordé au patient durant la consultation.

Les thérapeutes en médecine alternative écoutent attentivement leurs patients et s'intéressent à la totalité de l'individu prenant en compte autant le côté physique que psychique. Le patient a le temps de s'exprimer sur tout ce qu'il ressent et se sent écouté, ce qui n'est pas toujours le cas lors de consultations allopathiques.